3

INSTRUCTIONS

DE

L'INTENDANCE SANITAIRE

DU DÉPARTEMENT DU NORD.

INSTRUCTIONS

DE L'INTENDANCE SANITAIRE

DU DÉPARTEMENT DU NORD,

A MM. les Maires des communes, aux Habitans des villes, à ceux des campagnes.

Le *choléra-morbus*, dont les ravages furent si considérables dans l'Inde, où il prit naissance, mais dont la fureur semble s'apaiser à mesure qu'il avance en Europe, paraît vouloir se diriger vers nos contrées. Depuis plusieurs mois l'Allemagne éprouve ses effets, et l'Angleterre, malgré son isolement et les précautions nombreuses qu'elle a prises pour l'éviter, l'a vu se développer dans une de ses villes. Nous ne devons pas chercher à le dissimuler, nous avons toutes les raisons possibles de craindre qu'il ne fasse irruption dans notre pays; car, si, comme tout porte à le croire, la concentration d'une grande quantité d'hommes sur un seul point est une des principales causes productrices de cette maladie, un département aussi populeux que le nôtre doit nécessairement être un de ceux qui, les premiers, éprouveront ses atteintes. Il est donc du devoir de l'Intendance sanitaire de chercher à répandre dans les villes et les campagnes des instructions destinées à servir de guide dans l'emploi des moyens propres à se garantir contre l'invasion de ce fléau, et de ceux réputés les plus efficaces pour éviter qu'il n'atteigne un grand nombre de personnes.

L'Intendance sanitaire du département du Nord a longtemps hésité à publier ces instructions, dans la crainte de répandre parmi les esprits faibles une terreur à laquelle ils sont déjà disposés par les rapports exagérés que l'on a faits dans les journaux sur les désastres que le choléra avait produits dans les lieux où il s'est montré; mais elle s'est enfin déterminée à le faire, en pensant qu'il vallait mieux signaler l'ennemi, le voir venir, calculer ses forces, se préparer à le recevoir, que de se laisser surprendre par lui.

Telles sont les raisons qui nous ont décidé à publier cet

écrit, dans lequel, après avoir donné une description succinte du choléra-morbus, nous indiquerons les moyens hygiéniques propres à le prévenir, et ceux reconnus jusqu'ici les meilleurs pour sa guérison. C'est pour développer ces principes généraux d'hygiène que nous entrerons dans quelques détails en forme d'instructions modifiées selon la position de ceux auxquels elles s'adressent, savoir : *aux maires des communes, aux habitans des villes, à ceux de la campagne.*

DESCRIPTION DU CHOLÉRA-MORBUS.

Causes. Il se développe sous tous les climats, sous toutes les latitudes, dans toutes les saisons ; le printemps et l'été cependant sont celles qui paraissent être les plus favorables à son développement. L'habitation dans des lieux bas et humides, dans des maisons malpropres, la malpropreté du corps y prédisposent beaucoup ; il en est de même de l'abus des boissons spiritueuses, de l'usage d'eaux malsaines, d'alimens gâtés, débilitans; du manque de nourriture ou d'une alimentation trop substantielle ; de tout ce qui peut produire la faiblesse. On range parmi les autres causes le défaut d'habillemens convenables; la fatigue, l'intempérance en tous genres, l'ivrognerie, l'exposition à l'action brûlante du soleil, à celle des brouillards, aux alternatives du chaud et du froid.

La plupart de ces causes agissent sur les masses d'individus formées d'un nombre plus ou moins considérable ; mais il en est d'autres dont l'influence s'exerce séparément sur les hommes isolés. Pour déterminer l'invasion de la maladie, il suffit de boire de l'eau froide en trop grande quantité, soit bonne, soit mauvaise, quand le corps est échauffé; de manger beaucoup après un long jeûne ; de s'exposer au vent, au froid, quand la peau est en transpiration.

On peut déjà, en voyant quelles sont les causes les plus ordinaires du choléra, apercevoir combien il est facile de l'éviter ; il suffit de se soustraire à leur influence, et presque toutes sont de nature à pouvoir facilement être écartées.

Quand à la cause originelle, il n'entre pas dans nos attributions de l'examiner ici; qu'il nous suffise de dire que l'immense majorité des médecins, qui ont eu occasion de l'observer, pense qu'elle est purement épidémique et nullement contagieuse.

Symptômes. Elle débute le plus souvent après un repas, le soir ou la nuit, quelquefois au moment où on s'y attend le moins ; le malade éprouve d'abord une pesanteur à l'estomac, un sentiment de chaleur dans le ventre, des envies de vomir ; arrivent ensuite des vomissemens et des déjections d'un fluide pâle, transparent ou légèrement cendré ; d'autrefois il est vert, obscur, comme une infusion de thé. Dans quelques exemples rares il a été vomi de la bile. Les évacuations sont accompagnées d'oppression, de constriction vers le cœur ; il survient des crampes violentes commençant aux doigts, aux orteils, s'étendant aux poignets, aux avant-bras et aux bras, aux jambes, aux cuisses, au ventre et à la partie inférieure de la poitrine. On observe une diminution uniforme de l'action du cœur et des artères, affaiblissement du pouls aux poignets et aux tempes, jusqu'à un degré où il devient imperceptible ; la respiration est laborieuse, embarrassée, avec soupirs et inspirations entrecoupées ; pâleur et refroidissement du corps par l'effet du mouvement du sang vers les grandes cavités ; sueur froide ; nuance plombée, bleuâtre, pourpre ou livide de la peau ; figure effarée, abattue, consternée ; yeux fixes, clairs, enfoncés dans leurs orbites et environnés de cercles bruns ; lèvres injectées ; ongles d'une teinte bleue ; les bouts des doigts fanés comme s'ils avaient séjourné long-temps dans l'eau de lessive ; langue blanche ou bleuâtre, tremblante, d'un froid glacial ; voix rauque, basse et dure.

L'action volontaire des muscles devient incertaine ; quelquefois il survient des convulsions, mais rarement ; si on saigne le malade, on n'a que très-peu d'un sang noir, épais. Quelquefois il n'y a pas de soif, d'autres fois elle est intense ; le malade devient froid comme un cadavre ; il cesse de vivre par degrés insensibles, ou une suite de spasmes l'emportent au bout de quelques heures ; dans certains cas après six, huit ou douze heures de maladie ; le plus souvent au deuxième ou troisième jour.

Il y a beaucoup de variétés dans la rapidité, l'ordre et les effets des symptômes, selon la constitution de celui qu'il attaque. Quelquefois le vomissement est le plus prompt et le plus fréquent ; puis les évacuations alvines, les crampes et les spasmes ; souvent, néanmoins, cet ordre est renversé ; ou tous les symptômes sont simultanés, ou bien il n'en paraît aucun, et le malade meurt en peu de temps.

Lorsque la maladie doit se terminer par la guérison, tous les symptômes diminuent graduellement ; un sommeil profond, une peau chaude et moite en sont les signes. Il arrive parfois que tous les accidens cessent en peu d'heures et que le malade, paraissant guéri, reprend ses occupations ; il ne faut pas, dans ce cas, l'abandonner à lui-même et cesser l'emploi des moyens appropriés ; car si, dans cette circonstance, le pouls ne s'est pas relevé, si la chaleur naturelle ne s'est pas développée, l'expérience a prouvé que la mort serait certaine et qu'elle arriverait au bout de quelques heures.

Le phénomène le plus remarquable que l'on observe à l'ouverture des cadavres, c'est l'inflammation plus ou moins vive, mais constante, de l'estomac et des intestins, accompagnée du développement des follicules de la membrane muqueuse de l'intestin grêle et de l'épaississement de celle de l'estomac.

Traitement. Celui qui, jusqu'ici, a été employé par les médecins des pays où le choléra a régné, est tellement peu rationel, que l'on conçoit facilement pourquoi il a fait tant de victimes. Qu'espérer en effet de l'emploi, à haute dose, du camphre, du bismuth, de la graine de sarrazin, du sublimé corrosif, du cinabre, du musc, du quinquina et d'une foule de formules plus ou moins ridicules, mais composées avec les médicamens les plus excitans ? Il semble plus raisonnable (et l'expérience l'a prouvé), de combattre les accidens inflammatoires à leur début par l'usage du bain tiède, des frictions sèches ou avec des linimens calmans, des boissons aqueuses mucilagineuses, de l'eau fraîche même. La saignée générale ou locale pourrait être pratiquée chez un sujet robuste, sanguin. Un des moyens qui, jusqu'ici, paraît avoir rendu le plus de services, est le laudanum liquide, à des doses plus ou moins élevées et étendu dans une grande quantité d'eau que l'on administre en boisson ou en lavement.

Il faut s'attacher à ranimer la chaleur au moyen de bains de vapeur, de sachets de sable chaud, etc., tenir l'air de l'appartement à un degré de température très-élevé (20 à 25° R.), et bien se persuader qu'il ne suffit pas de réchauffer le malade extérieurement, mais qu'il faut encore, au moyen de frictions faites en même temps, ranimer la circulation presqu'éteinte ; car la chaleur naturelle une fois revenue, on peut espérer guérir le malade.

Autant il est difficile de guérir le choléra-morbus, autant il est facile de s'en préserver; aussi allons-nous nous occuper d'indiquer les moyens propres à le prévenir, en suivant la marche qui a été indiquée plus haut. Nous imiterons en cela l'Intendance sanitaire du département de la Moselle; nous suivrons le même ordre, la même marche; nous ne ferons, en quelque sorte, qu'appliquer ses sages conseils à notre département.

INSTRUCTIONS OU CONSEILS

A MM. les maires des communes.

Une longue expérience ayant démontré que le choléra-morbus se développait d'abord dans les lieux bas, humides, malpropres, mal aérés, et parmi les personnes indigentes et peu soigneuses de la propreté, c'est particulièrement sur ces circonstances locales que l'attention de l'autorité municipale devra se porter; il faudra s'appliquer à les reconnaître et à les atténuer au moins, si elle ne peut les faire disparaître entièrement.

Ainsi, dans chaque ville, des commissions composées d'un membre du conseil municipal, de deux notables, d'un médecin et d'un commissaire ou agent de police, seront chargées, chacune dans le quartier qui lui sera désigné, de visiter, sans délai, les hôpitaux, hospices, prisons, casernes, écoles, marchés, ateliers de tous genres, et en général tous les lieux de rassemblement, dans le but de faire disparaître de ces lieux toute cause d'insalubrité, et d'y apporter toutes les modifications et réparations capables de les sanifier, en tant qu'elles seront compatibles avec leur destination. Elles pénétreront même dans les maisons particulières, afin d'engager les habitans à les rendre le plus salubres qu'il sera possible, et de leur indiquer les moyens propres à le faire.

Par exemple, dans les premiers, on ne tiendra rassemblés que le moindre nombre possible d'individus; on y entretiendra la libre circulation de l'air, en y faisant, avec intelligence, percer au besoin des portes, fenêtres, lucarnes; en y faisant pratiquer des cheminées, des ventouses destinées à établir des courans d'air; dans la saison froide et humide, on fera constamment, dans les foyers, des feux

Propreté

clairs, en évitant cependant de trop élever la température des appartemens. La propreté sera entretenue au moyen de balayages, et non de lavages, surtout à grande eau, afin d'éviter l'inconvénient d'une trop longue évaporation. Si l'on était absolument obligé de laver un appartement, on pourrait le faire au moyen d'eau de chaux, ou mieux d'eau dans laquelle on étendrait un centième de *chlorure de chaux*. Les murailles, les gros meubles seront aussi lavés avec de l'eau chlorurée ; on fera même pratiquer de temps en temps des fumigations guytonniennes ou chloriques ; ces fumigations devront, s'il est possible, se faire chez les pauvres, aux frais de la commune.

Les portes et les fenêtres seront tenues ouvertes, autant que faire se pourra, depuis trois heures après le lever du soleil, jusqu'à trois heures avant son coucher, à moins que le temps ne soit par trop humide et froid. Dans ceux de ces locaux destinés à recevoir des lits, comme chambres de caserne, corps-de-garde, dortoirs, hôpitaux, on en placera le moins possible, et les matières et pièces qui les composent seront fréquemment renouvelées, aérées, battues. Les lieux d'aisances, baquets, seront multipliés et tenus propres, de manière à ce qu'aucune mauvaise odeur ne se fasse apercevoir ; les égoûts, les canaux, les puits seront curés ; on écartera de ces lieux toutes causes d'insalubrité, comme les eaux stagnantes, les tas d'ordures, de fumiers ; les ruisseaux seront lavés deux fois le jour, et, à cet effet, il sera convable d'inviter les habitans des villes à pomper simultanément pendant quelques minutes, afin qu'une masse considérable d'eau pure parcourant ces ruisseaux en enlève toutes les matières putrescibles ; les animaux inutiles ou puans devront être abattus ou exclus des habitations étroites et déjà malsaines par leur construction, leur exposition. Ainsi on ne permettra pas, dans les villes, d'avoir chez soi des pigeons, des lapins, des porcs, boucs, chèvres, etc.

Aux réglemens en vigueur sur la police intérieure des villes et sur la voirie seront ajoutés ceux que les circonstances pourraient réclamer, et les uns et les autres seraient strictement exécutés. L'autorité veillera à l'état des étangs, des marais, des flaques d'eau, ainsi qu'aux cours des eaux qu'emploient les moulins et usines ; elle les fera régulariser de manière à ce que ces eaux courent, ne stagnent pas et ne s'épuisent pas.

Les marchés, les cimetières, les abattoirs, boucheries, charcuteries, mégisseries, fosses à rouir le lin, le chanvre, tous les établissemens où l'on travaille les matières animales fraîches; ceux dans lesquels on emploie les os d'animaux, les laines, les poils, les plumes, chiffons, seront soumis à la plus exacte surveillance, parce que pouvant donner lieu à des émanations plus ou moins putrides, ils deviendraient, plus que tous les autres, des foyers d'infection autour desquels la maladie ferait le plus de progrès. Nous pensons que, en de telles circonstances, l'autorité de la police peut et doit, sans crainte de blesser la liberté individuelle, se donner un peu de latitude, pénétrer et se faire sentir dans l'intérieur des maisons : il y va du salut de tous.

MM. les maires des communes rurales, réunis aux notables, aux pasteurs, donneront, en toute occasion, aux habitans, des instructions paternelles sur les moyens simples et faciles d'écarter d'eux les nombreuses causes d'insalubrité et de maladies qui les assiégent, dans l'esprit de la présente instruction. Cette espèce de conseil de famille s'attacherait à éclairer les habitans sur leurs véritables intérêts, et particulièrement sur la nécessité d'entretenir, dans toute la commune en général, et, en particulier, autour et au dedans de leurs habitations, sur leurs personnes et leurs vêtemens, dans leurs lits, dont la plume sera bannie et la paille souvent renouvelée, la plus grande propreté possible relativement à leurs moyens bornés. Il recommandera le lavage journalier des pieds, des mains, de la bouche, du visage; le soin de tenir la chaussure et les vêtemens en général le plus sec qu'ils le pourront, d'en changer fréquemment et de les aérer dans les lieux où cela serait praticable. MM. les maires favoriseront, provoqueront même l'établissement, à peu de frais, de bains publics à portée de la classe ouvrière. Dans les lieux où il existe des machines à vapeur, ces établissemens de bains seraient faits avec promptitude, facilité et économie.

Si les ressources de quelques communes n'étaient pas suffisantes pour le soulagement des pauvres malades ou cherchant un refuge contre le mal prêt à les atteindre, les maires des communes devront solliciter de la charité publique le surplus de ce que ces communes pourront faire.

CONSEILS

Aux habitans des villes.

Les citoyens doivent, sans hésiter, déférer aux ordres de l'autorité, faciliter, autant qu'il est en eux, l'exécution des mesures prises par elle, lui transmettre tout ce qui peut venir à leur connaissance, relativement à l'objet de la sollicitude commune : c'est un devoir qu'il leur importe de remplir, dût-il leur en coûter une partie de leur temps, de leur fortune, de leur liberté.

Chacun doit entretenir la plus grande propreté dans sa maison et sur sa personne. Les appartemens exposés au levant et au midi sont à préférer; il faut y donner de l'air pendant une grande partie de la journée ; y faire du feu dans la saison froide et humide ; cette aération est surtout recommandée aux personnes peu aisées, obligées d'habiter la même chambre.

On évitera de s'exposer à l'air extérieur sans être vêtu convenablement, de poser les pieds nuds à terre en sortant du lit. En général, les transitions brusques du chaud au froid, surtout au sortir des lieux de réunions nombreuses, comme spectacles, bals, soirées, etc., seront évitées avec soin.

Les églises étant généralement froides, pavées en marbre, en pierres bleues, il sera prudent de n'y aller que bien vêtu, qu'avec une chaussure très-chaude, et de n'y séjourner que le moins de temps possible.

Comme dans notre climat les variations de la température sont brusques et fréquentes, il sera bon de porter de la flanelle sur la peau, ou au moins sur le ventre en manière de ceinture (on a aussi recommandé à cet effet la peau de chat avec son poil, la peau de daim); de faire matin et soir, sur la peau, des frictions sèches avec une brosse ou une mouffle de flanelle. Les pieds seront tenus chauds et secs par de bonnes chaussures, par des semelles de crin, de laine, de liége, par l'attention d'en changer souvent, ainsi que de bas. On ne saurait trop recommander l'usage des sabots, qui ont, sous ce rapport, un grand avantage sur toutes les autres espèces de chaussures.

On fera un fréquent usage de bains tièdes, simples ou rendus légèrement excitans par l'addition d'un sachet de plantes aromatiques, ou d'une certaine quantité d'eau de

cologne, d'eau de lavande ou simplement d'eau-de-vie. On fera un exercice modéré ; on profitera des jours de soleil pour exposer à l'air et battre les fournitures de lits dont la plume sera bannie, et la paille renouvelée au moins une fois par mois.

Les personnes aisées, qui vivent sobrement, ne devront apporter aucun changement à leur régime alimentaire ; une vie simple et régulière, des alimens de facile digestion, tels que viandes roties ou grillées, les légumes frais et cuits, le poisson de bonne qualité, les œufs, le laitage, quelques fruits bien mûrs, crûs ou en compote, le tout peu assaisonné ; l'eau rougie, la bierre, si on en a l'habitude ; le régime sera plus animal que végétal, et en général fortifiant. On évitera les fruits de mauvaise qualité, les melons, les boissons à la glace, lorsqu'on a chaud, la salade prise en grande quantité, les viandes fumées, salées, épicées, les mets gras et indigestes, les champignons. Tous les excès sont nuisibles; mais il n'en est pas de plus dangereux que l'abus des boissons glacées et des liqueurs spiritueuses.

Dans le cas où il s'agirait de sanifier quelque local, on emploierait le chlore et les chlorures de la manière suivante : Desinfection

S'agit-il de sanifier un appartement habité? Prenez chlorure de chaux, un kilogramme; faites dissoudre dans quinze litres d'eau commune. Cette dissolution s'emploie de diverses manières, en arrosemens, en lavage des murs, parois, meubles grossiers; en évaporation, soit dans des vases de grès ou de bois à large ouverture, placés dans un coin de l'appartement, soit en y trempant des linges qu'on laisse sécher dans l'appartement et qu'on trempe de nouveau. On peut s'en laver les mains et autres parties, en l'étendant d'une certaine quantité d'eau.

Pour employer le chorure de chaux sec, on aura un guéridon à plusieurs étages, que l'on couvrira chacun d'une couche de ce sel d'un pouce environ d'épaisseur, dont on renouvellera souvent la surface ; on place le guéridon au milieu de l'appartement, où il reste. Cet appareil ainsi disposé peut durer très-long-temps. A défaut de guéridon on se servirait d'assiettes. Le chlorure de chaux s'obtient à peu de frais.

A-t-on un local quelconque infecté à purifier ? On en fait sortir ceux qui l'habitent ; on en retire tous les objets en métal, ou toutes les étoffes teintes ; on enferme soigneuse-

ment toutes les ouvertures, excepté une porte, et on procède ainsi qu'il suit : on prend sel commun, deux onces ; peroxide de manganèse, demi-once ; eau commune, une once et demie ; on mêle le tout exactement dans un vase de grès ou de porcelaine, ou, à leur défaut, dans une écuelle de terre ; on place le vase sur les cendres chaudes, contenues dans un fourneau qu'on place au milieu du local ; alors on verse sur le mélange, et peu-à-peu, une once et demie d'acide sulfurique concentré, en remuant avec une baguette de bois ou mieux une tube de verre ; toute la quantité d'acide versée, on ferme la porte, et le local reste ainsi clos pendant vingt-quatre heures.

Ce mode de fumigation pouvant donner lieu à des accidens graves, il ne devra être confié qu'à une personne entendue et au fait de cette manipulation.

Les proportions indiquées ici conviennent pour un local de vingt pieds de longueur sur autant de largeur, et dix de hauteur environ. On les augmenterait ou diminuerait suivant les dimensions du local à désinfecter.

Le chlore peut occasionner des inconvéniens graves, si, dans l'emploi, on en faisait abus ; il est donc essentiel de ne l'employer qu'avec discrétion dans les appartemens qui sont habités. Il est convenable de s'arrêter quand l'odeur devient trop forte et fait tousser.

On se tiendra en garde contre les prétendus moyens préservatifs ou curatifs vantés dans les journaux ; la cupidité, sous ce rapport, exploite déjà depuis trop long-temps la crédulité publique ; tous ces moyens sont plus ou moins absurdes.

La peur étant une des causes qui, à elle seule, peut favoriser le développement de la maladie que nous voulons éviter, il importe de s'en défendre autant que possible, et de ne pas se croire atteint du mal à l'occasion d'une légère indisposition à laquelle on n'aurait pas fait attention dans toute autre circonstance. Il est constant que dans les lieux où sévit le choléra, on a pris fréquemment pour lui des maladies qui lui étaient totalement étrangères, ou qui n'avaient avec lui que de faibles points de ressemblance ; des indigestions, par exemple.

Il est prudent, cependant, de prendre plus de précautions lorsqu'une affection légère se présente. Si les fonctions digestives se dérangent, il faut faire une diète absolue ; si

la diarrhée, des envies de vomir, des coliques surviennent, se tenir chaudement, prendre quelques demi-lavemens d'eau mucilagineuse; faire usage d'une légère infusion de fleurs de tilleul, d'oranger, de graine de lin, et ne pas tarder à appeler un médecin.

CONSEILS

Aux habitans des campagnes.

L'éducation étant généralement peu répandue dans les campagnes, il est plus difficile de vaincre les préjugés, les répugnances, de faire pénétrer la vérité, d'être utile enfin. Aussi c'est sur la classe intéressante, laborieuse, qui habite les communes rurales, que notre sollicitude doit spécialement se porter.

Oui, habitans des campagnes, c'est pour vous, surtout, que nous publions ces conseils; vous les écouterez; vous vous montrerez dociles aux instructions qui vous seront données, aux mesures qui vous seront prescrites par l'autorité pour approprier vos communes, vos maisons, vos personnes; vous ne vous refuserez pas pour cela à quelques heures de travail, à quelque gêne, à une légère dépense.

En ce qui vous concerne personnellement, vous serez calmes, prudens, confians, exempts de crainte; vous veillerez, vous et vos ménagères, à la plus grande propreté possible de vos maisons, de vos lits, de vos habits, de votre linge, de votre corps. Il ne faut pas être riche pour être propre; l'eau de vos fontaines, de vos puits, suffit pour cela.

Vous ouvrirez souvent vos fenêtres au milieu du jour, vous ne laverez que très-rarement vos places basses et vos chambres hautes, et ne le ferez jamais à grande eau. Vous n'y amasserez aucune provision susceptible de répandre de l'odeur, comme viande, salaison, fromage, plantes herbacées; vous n'y laisserez pas séjourner les animaux; vous en écarterez soigneusement le linge et les vêtemens sales; vous ne les chaufferez pas trop fort; vous ne vous réunirez pas enfin en trop grand nombre dans les veillées, les écoles, les cabarets.

Vous éloignerez de vos maisons les ordures de tout genre, boues, eaux croupissantes, les cadavres et débris d'animaux que vous enfouirez et convertirez en engrais; les fumiers

que vous aurez soin d'encaisser avec leurs eaux. Songez que si chacun, en particulier, néglige les soins de propreté, il en résulte bientôt pour tous un foyer d'infection et de maladies.

Vous éviterez de laisser sécher vos vêtemens sur vous lorsqu'il vous arrivera d'être mouillés par les pluies si fréquentes en notre pays ; vous aurez soin de changer de chaussures lorsqu'elles seront humides, car le froid aux pieds est très-pernicieux. Vous aurez soin de porter, l'hiver, des bas ou chaussettes de laine. Vous ne sortirez pas la nuit de votre lit, de votre chambre, nus ou demi-vêtus, pour vaquer à vos affaires ou à vos besoins ; vous vous abstiendrez de boire de l'eau froide à grands traits, ayant chaud ; vous ne vous désaltérerez ni aux fontaines, ni à l'eau des mares qui vous donneraient des coliques.

Abstenez-vous de l'usage du genièvre, de l'eau-de-vie, de l'amer, de l'anisette et d'autres boissons spiritueuses ; car, en échauffant trop votre estomac et vos entrailles, elles vous disposeraient davantage à contracter la maladie qui a toujours son siége primitif dans le ventre. La bière forte, prise en grande quantité, produirait le même effet, et, au lieu d'en boire plusieurs litres le dimanche, vous les répartirez sur toute la semaine et les partagerez avec votre famille.

Le *lait battu*, dont l'usage est si généralement répandu dans les campagnes, ne serait nuisible qu'autant qu'on en prendrait trop et qu'on n'aurait pas soin de le faire bouillir avec du bon pain.

Ayez soin que votre pain soit bien pétri, bien levé, bien cuit, qu'il y entre le moins de seigle que vous le pourrez, et de n'en pas faire de trop grandes fournées à la fois, afin qu'il n'ait pas le temps de moisir.

Évitez que les autres alimens solides que vous prendrez ne soient trop salés, trop épicés, et ne soient pris parmi les viandes et les légumes échauffans, tels que le bœuf et le porc salés, le gibier, les fèves, les haricots, les pois secs ; vous ne mangerez de fruits qu'avec modération et avec du pain.

Nous vous recommandons, comme un bon préservatif de plusieurs maladies du bas-ventre, de porter une large ceinture de flanelle ou de cotonnade épaisse, et mieux encore un gilet de flanelle un peu long.

Les bestiaux qui vous nourrissent et vous aident dans vos travaux seront aussi l'objet de vos soins ; vous ne les en-

tasserez point dans des écuries étroites, basses, sales, mal aérées ; mais vous les tiendrez dans la plus grande propreté possible ; vous enleverez souvent les fumiers, ferez écouler les eaux, donnerez de l'air, laverez à l'eau de chaux les murailles, les rateliers et les mangeoires ; vous les ferez purifier au besoin par les moyens qu'on vous indiquera ; vous séparerez les animaux malades et les ferez voir au vétérinaire ou au maréchal ; vous recourrez dans tous vos besoins, relatifs à la salubrité de vos personnes et de vos maisons, aux conseils de vos maires, de vos curés, de vos médecins, et n'irez point consulter des personnes ignorantes, mais assez cupides pour enlever votre argent en vous donnant des avis souvent inutiles, et plus souvent encore nuisibles et dangereux.

Nous allons vous indiquer ici, le plus brièvement que nous le pourrons, les principaux moyens préservatifs auxquels vous pourrez avoir recours. Avez-vous été mouillés, refroidis ? Hâtez-vous de gagner votre gîte et changez de vêtemens ; prenez ensuite quelques boissons chaudes, qui rétablissent la transpiration, sans cependant provoquer une trop grande sueur, comme du thé léger, une infusion de tilleul, de mélisse ou de menthe peu chargée, ou tout simplement de l'eau chaude coupée avec partie égale de lait ; prenez un bain de pieds chaud.

Avez-vous perdu l'appétit ? vous sentez-vous des envies de vomir? mal à l'estomac? au ventre? dérangés du corps? Mettez-vous au lit, faites-vous réchauffer les pieds au moyen de bouteilles remplies d'eau chaude, de flanelle chauffée ; prenez une des boissons chaudes indiquées ci-dessus ; gardez-vous du vin chaud, de l'eau-de-vie brûlée, de l'hydromel, avec lesquels on vous met souvent le feu dans le corps, comme on dit. S'il survient des coliques, du dévoiement, des vomissemens, couvrez le ventre de flanelle trempée dans l'eau de mauve ou de graine de lin, ou de cataplasmes faits avec la farine de la même graine, des herbes émollientes, de la fleur de foin cuite dans l'eau. Il faut que ces applications soient bien chaudes et souvent renouvelées. Prenez des quarts de lavement d'eau d'amidon, de graine de lin ou de son ; bornez là vos soins et appelez de suite des secours, afin que des gens plus éclairées que vous jugent de la nature du mal, vous rassurent et vous indiquent ce que vous avez à faire ; en suivant cette règle vous serez presque certains

d'éviter la maladie, et si malheureusement elle venait à vous attaquer, vous seriez dans les meilleures conditions possibles pour en guérir.

Telles sont les précautions que nous avons cru devoir indiquer à MM. les maires des communes, aux habitans des villes et à ceux des campagnes, dans l'intérêt général comme dans les intérêts particuliers.

Lille, le premier décembre 1831.

Les membres de l'Intendance sanitaire,

Signé, Them. LESTIBOUDOIS, FÉE, BRIGANDAT, DAVAINE, KUHLMANN, FABRE, BOCQUET-BERNARD, DELEZENNE, DEMESMAY, DE CHAMBERET, BARROIS, BAILLY.

UN MOT A MESSIEURS LES FABRICANS

SUR LA SANTÉ DE LEURS OUVRIERS.

PARMI les précautions à prendre pour s'opposer au développement du choléra, il n'en est pas de plus indispensable que d'éviter le passage subit du chaud au froid; cette cause a été signalée d'une manière générale dans les instructions qui précédent, mais nous avons cru devoir y revenir dans l'intérêt de la classe ouvrière, qui, travaillant dans des ateliers où l'emploi d'une température élevée est indispensable, comme dans les filatures de coton, par exemple, est plus exposée que les autres aux suppressions de la transpiration; c'est particulièrement aux chefs de ces genres d'établissemens que nous nous adressons dans l'intérêt des ouvriers, et nous devons croire qu'ils seront écoutés. Il faudrait donc exiger qu'ils fussent vêtus plus chaudement et mieux chaussés, et prescrire en outre de ne sortir des ateliers qu'après dix minutes, au moins, de repos, pendant lesquelles il remettraient leurs vêtemens.

Il serait urgent, si malheureusement le choléra se manifestait dans notre pays, que MM. les fabricans fissent faire chez eux, en toute saison, une quantité assez considérable de boisson mucilagineuse, telle qu'une légère décoction de graine de lin édulcorée avec un peu de racines de réglisse, afin que cette tisanne se trouvant sous la main des ouvriers, ceux-ci ne soient pas obligés d'aller boire de l'eau fraîche pour se désaltérer. La dépense qu'occasionnerait cette boisson serait tellement faible qu'il n'est pas présumable qu'un seul manufacturier se refuse à la faire préparer pendant tout le temps que régnerait l'épidémie, et à la tenir tiède au besoin.

LILLE, imprimerie de L. DANEL, Grande-Place.